

Medidas para los padres de niños con mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe

Los niños con problemas de salud crónicos como asma, diabetes, enfermedades cardíacas y metabólicas, trastornos neurológicos y neuromusculares, o las embarazadas, corren mayor riesgo de padecer complicaciones por la gripe. Además, todos los niños menores de 5 años corren mayor riesgo de padecer complicaciones por la gripe que los niños mayores. Si no está seguro de que alguno de sus hijos pertenece al grupo de mayor riesgo, consulte con un médico.

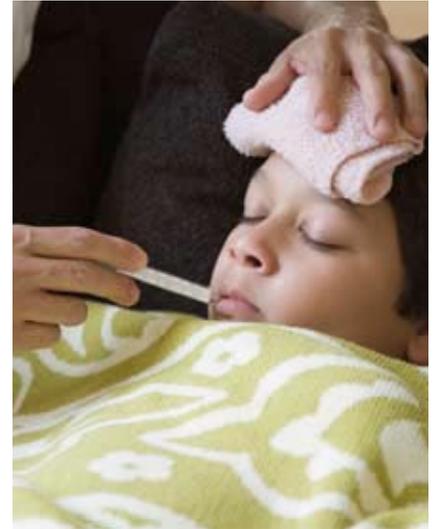
Evite que los niños con mayor riesgo de padecer complicaciones contraigan la gripe.

- ▶ **Asegúrese de que su hijo se lave las manos frecuentemente**, o ayude a los niños más pequeños a lavárselas, con agua y jabón durante 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón utilice un limpiador para manos a base de alcohol. Debido a que los limpiadores para manos a base de alcohol pueden ser tóxicos si se tragan, manténgalos en un lugar donde sólo usted tenga acceso para cuando los necesite.
- ▶ Haga que su hijo **tosa y estornude cubriéndose la boca con un pañuelo desechable** o con el ángulo interno del codo u hombro si no tiene pañuelos desechables. Asegúrese de que su niño tire los pañuelos luego de usarlos y se lave las manos.
- ▶ **Mantenga a su hijo alejado de las personas que están enfermas.**
- ▶ **Limpie las superficies y los objetos que su hijo toca con frecuencia.** Limpie estas superficies con el desinfectante para el hogar que se usa generalmente. Siga las instrucciones de la etiqueta del producto. No se recomienda desinfección adicional de estas superficies más allá de la rutina de limpieza.
- ▶ Si hay gripe en su comunidad, tenga en cuenta el riesgo de exposición de los niños cuando concurren a reuniones públicas. En las comunidades con muchos casos de gripe, **las personas que corren riesgo de padecer complicaciones por la gripe deben considerar mantenerse alejadas de las reuniones públicas** tales como los eventos deportivos y conciertos.
- ▶ Si la gripe es grave en su comunidad, hable con su médico y la escuela o programa de infancia temprana de su niño para **desarrollar un plan a fin de tratar las necesidades especiales del niño.**
- ▶ **Vacune a su niño mayor de 6 meses** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009 cuando las vacunas se encuentren disponibles.



Reconozca si sus hijos están enfermos

Es probable que algunos niños no sean capaces de comunicar sus síntomas, lo que puede demorar la respuesta a su enfermedad. Es importante controlar cuidadosamente los signos y síntomas de la gripe o la conducta inusual que puede ser un signo de que su hijo está enfermo. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre o escalofríos y tos o dolor de garganta. Además, los síntomas de la gripe pueden incluir secreción nasal, dolores corporales, dolores de cabeza, fatiga, diarrea y vómitos. La fiebre es la temperatura tomada en la boca con termómetro igual o mayor a 100 grados Fahrenheit (37.8 grados Celsius). Si no puede tomar la temperatura, existen signos y síntomas que indican que su niño tiene fiebre. Por ejemplo: escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración.



Observe las señales de advertencia de emergencias que requieren atención médica urgente.

Estos signos de advertencia incluyen uno o más de los siguientes:

- respiración acelerada, dificultades para respirar, falta de aire, detención de la respiración;
- piel con coloración azulada, morada o grisácea especialmente en los labios y en el interior de la boca o alrededor de las uñas;
- ingesta insuficiente de líquidos, negación a ingerir líquidos;
- falta de orina, disminución en la cantidad de pañales humedecidos por orina, o falta de lágrimas al llorar,
- vómitos graves o persistentes;
- dificultad para despertarse o incapacidad para interactuar (por ejemplo: tranquilidad e inactividad poco común, falta de interés para jugar, sin interés por un juguete preferido),
- estado de irritación tal que el niño no quiere que lo sostengan o no se consuela con nada;
- dolor o presión en el pecho o estómago;
- mareos repentinos;
- confusión y
- síntomas similares a los de la gripe que mejoran pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos.

Comparta esta información con el maestro de su hijo u otros cuidadores, para que puedan avisarle si su hijo no se siente bien.

Consejos para cuidar a los niños con alto riesgo de padecer complicaciones por la gripe

- ▶ **Consulte a su médico inmediatamente si su hijo está enfermo.** Esto es importante porque los medicamentos antivirales que se usan para tratar la gripe funcionan mejor si comienzan a administrarse dentro de los 2 días de contraer la enfermedad. Su médico le comunicará cuáles son los cuidados especiales que necesita su hijo.
- ▶ **Su hijo debe permanecer en su casa si está enfermo** durante al menos 24 horas después de la desaparición de la fiebre o los signos de fiebre (sin haber utilizado un medicamento antifebril). Mantenga a su hijo en casa a menos que tenga que ir al médico. **Asegúrese de que su hijo descanse bien y beba líquidos transparentes** (como agua, caldo, bebidas para deportistas) a fin de evitar la deshidratación. A los bebés sírvales bebidas electrolíticas como Pedialyte®.
- ▶ **Si su hijo tiene fiebre, utilice los medicamentos antifebriles que su médico** le haya recomendado de acuerdo con la edad de su hijo. La aspirina (ácido acetilsalicílico) **no debe** administrarse a niños o adolescentes con gripe ya que puede causar una rara pero grave enfermedad llamada síndrome de Reye.
- ▶ **Mantenga a su hijo enfermo en una habitación separada** (una habitación para enfermos) de la casa tanto como sea posible para limitar el contacto con los miembros de la familia que no están enfermos. Piense en designar a una única persona para que sea el principal cuidador del niño enfermo.



Puede encontrar más información acerca del cuidado de los integrantes del hogar en www.cdc.gov/h1n1flu/guidance_homecare.htm

Para obtener más información:

- ▶ **Visite: www.flu.gov**
- ▶ **Contacte a los CDC las 24 horas/todos los días**
 - 1 (800) CDC-INFO (232-4636)
 - TTY: (888) 232-6348
 - cdcinfo@cdc.gov